

УДК 613.2-057.875:378.6:61(476.2)

**ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ
ГОМЕЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Старостенко Е. С., Гайкевич Д. И.

Научный руководитель: к.м.н., доцент А. Г. Соболева

**Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь**

Введение

Питание современного человека — очень актуальная тема. Рацион должен быть насыщен необходимыми белками, жирами, углеводами, различными витаминами, макро- и микроэлементами. Особое значение питание имеет у людей с повышенной умственной деятельностью. Например, у студентов. Жизнь студентов насыщена, разнообразна и отличается большим перенапряжением нервной системы. Во время учебы от студентов требуется отличное физическое и умственное состояние. На хорошее физическое состояние человека, память и умение сосредоточиться большое влияние оказывает питание, его качество и количество.

В связи с нарушением режима питания за время учебы у большинства студентов развиваются заболевания пищеварительной системы, гипертоническая болезнь, неврозы и т. д. Поэтому на сегодня питание студентов — одна из важнейших проблем в обществе [1].

Цель

Изучить особенности питания студентов УО «Гомельский государственный медицинский университет».

Материал и методы исследования

Методической основой исследования явилось выборочное единовременное наблюдение. Выборка исследования составила 175 студентов 1–6 курсов лечебного и медико-диагностического факультета учреждения образования «Гомельский государственный медицинский университет» в возрасте 17–25 лет. Для сбора эмпирических данных мы разработали специальную анкету. Полученные данные подвергли статистическому анализу.

Результаты исследования и их обсуждение

Согласно полученным данным 49 % респондентов питаются 1–2 раза в день, что составляет наибольший удельный вес, придерживаются 3–4 разового питания 29 % опрошенных, однако 19 % респондентов питаются не регулярно.

37 % опрошенных стараются питаться максимально разнообразно, вместе с тем, 34 % респондентов питаются достаточно однообразно, у 27 % опрошенных питание в течение месяца меняется.

Следят за маркировкой, сроком годности и употребляемых продуктов 58 %, опрошенных, соблюдают умеренность в потреблении продуктов питания 42 % респондентов, 28 % респондентов стараются делать рацион максимально разнообразным, также 24 % опрошенных студентов стараются употреблять натуральные продукты, 20 % опрошенных студентов используют бытовые приборы для очистки воды, и 18 % респондентов студентов покупают бутилированную воду.

Следует отметить, что только 9% респондентов соблюдают режим питания, 6 % опрошенных стараются употреблять продукты с профилактическим эффектом, 12 % опрошенных студентов подсчитывают суточные калории.

Из всех студентов только 18 % контролируют суточное потребление соли, причем 57 % опрошенных употребляют в день менее чайной ложки соли, 27 % опрошенных — чайную ложку, и 13 % опрошенных употребляют более чайной ложки соли в сутки.

В приготовлении пищи 65% респондентов используют обычную поваренную соль, 15 % опрошенных используют йодированную, 69 % опрошенных принимают витаминно-минеральные добавки, биологические активные вещества.

47 % респондентов при покупке продуктов питания, обращают внимание на информацию, указанную на этикетке продуктов, однако им бывает сложно разобрать эту информацию, 14 % респондентов не обращают на это внимание, так как не понимают значения этой информации.

Информацию по вопросам здорового питания 71 % опрошенных получают из социальных сетей, интернета.

Выводы

Согласно полученным данным половина опрошенных студентов питаются 1–2 раза в день, при покупке продуктов питания следят за маркировкой и сроком годности употребляемых продуктов.

Только 18 % опрошенных контролируют суточное потребление соли, однако большая часть респондентов придерживаются рекомендаций ВОЗ по употреблению соли, в приготовлении пищи используют обычную поваренную соль.

Информацию по вопросам здорового питания получают из социальных сетей, интернета.

ЛИТЕРАТУРА

1. Давиденко, Д. Н. Здоровье и образ жизни студентов / Д. Н. Давиденко, Ю. Н. Щедрин, В. А. Щеголев; под ред. Д. Н. Давиденко. — СПб.: СПбГУИТМО, 2005. — 115с.

УДК 614.253.4-054.6:616-036.2

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ИНОСТРАННОГО ФАКУЛЬТЕТА К ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ

Гирипрасад Индулеха Аадитья Нараян

Научный руководитель: к.м.н., доцент И. В. Пальцев

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Во всем мире в настоящий момент сложилась достаточно сложная эпидемиологическая ситуация. Пандемия коронавируса COVID-19 вызвала существенный рост детальности практически во всех странах. Всемирная организация здравоохранения уже объявила текущую ситуацию чрезвычайной проблемой. В большинстве развитых стран были объявлены различные карантинные меры с целью снижения вероятности дальнейшего распространения инфекции. Однако помимо непосредственного влияния на здоровье населения, пандемия вызывает также психологические проблемы. Нередко боязнь заражения вирусом вызывает затруднения в социальной адаптации, образовании и прочих аспектах жизни [1, 2, 3].

Эта проблема еще более актуальна для иностранных граждан, обучающихся в учебных заведениях Республики Беларусь. Не являясь гражданами страны, медицинскую помощь они получают, как правило, на основании наличия медицинской страховки, из-за чего нередко у них возникает опасение недостаточного объема медицинской помощи. Также зачастую существенную обеспокоенность выказывают родители и другие родственники студентов.

Цель

Целью данной работы явилась оценка обеспокоенности сложившейся эпидемиологической ситуацией студентами иностранного факультета, а также их родственниками.